

«Медико-психологічна реабілітація учасників бойових дій та осіб, які постраждали внаслідок бойових дій»

Війна в Україні актуалізувала проблему посттравматичного стресового розладу. Комплексна реабілітація учасників бойових дій після закінчення бойових дій, тобто після припинення дії стресору, має особливе значення для суспільства. Зменшення впливу наслідків травматичного стресу на соматичне здоров'я і профілактика психосоматичної патології у цих пацієнтів – важливе завдання медицини.

Проаналізувавши основні напрямки медико-психологічної реабілітації учасників бойових дій та заходи щодо їх покращення, можна зазначити, що медико-психологічна реабілітація учасників бойових дій повинна включати декілька напрямків: діагностика синдрому соціально-психологічної дезадаптації; психологічне консультування; психологічна корекція; навчання навичкам саморегуляції; соціально-психологічні тренінги; допомога в професійному самовизначенні, профорієнтація з метою перенавчання та подальшого працевлаштування.

Комплекс інтенсивних тривало діючих стресогенних чинників впливає не тільки на психофізичне здоров'я військовослужбовців, а й на їх психічну рівноваженість, світогляд, стабільність ціннісних орієнтацій.

Підчас воєнної травми відбувається руйнування базисних переконань, стосовно позитивного Я-образу, доброзичливості навколишнього світу і справедливих відносин між Я і навколишнім світом, людина одночасно стикається з жахами, породженими війною, навколишнім світом, а також із власною вразливістю й безпорадністю. Наявна раніше впевненість у власній захищеності і невразливості виявляється ілюзією і може спричинити стан дезінтеграції.

З огляду на широкий спектр розладів, пов'язаних із психотравмою, виникла необхідність розробки методології психологічної та психотерапевтичної допомоги військовослужбовцям та демобілізованим в умовах медичних та реабілітаційних закладів.

Система психологічної корекції повинна також будуватися на підставі дидактичного підходу, який передбачає:

1. Етапність впливу.
2. Зв'язок кожного подальшого заняття з попереднім.
3. Доступність (зрозумілість) для хворих інформації.
4. Відповідність завдань можливостям хворого.
5. Систематичність в оволодінні навичками психічної саморегуляції.

При цьому, в процесі психологічної корекції виділяється три етапи: седативно-адаптуючий; лікувально-коректувальний; профілактично-закріплюючий.

Для медико-психологічної реабілітації використовують такі психокорекційні техніки: сугестія, раціональна (непряма – арттерапія, бібліотерапія), реконструктивно-особистісна, аналітична, бихевіоральна, когнітивна, екзистенційна тощо.

Медико-психологічної реабілітації учасникам бойових дій повинна включати декілька напрямків:

1. Діагностика синдрому соціально-психологічної дезадаптації у військовослужбовця (психоемоційного стану на «гражданці», використовуваних стратегій адаптації, поведінки) на підставі результатів психодіагностики індивідуальних особливостей військовослужбовця.

2. Психологічне консультування (індивідуальне та сімейне).

В індивідуальних бесідах необхідно дати військовослужбовцям можливість висловити все наболіле, проявляючи зацікавленість їх розповіддю. Потім доцільно роз'яснити, що пережите ними стан тимчасовий, він притаманний всім, хто брав участь у бойових діях. Дуже важливо, щоб вони відчули розуміння і побачили готовність допомогти їм зі сторони не лише фахівців, але і близьких, рідних. Засобом психологічної реабілітації є щирий прояв розуміння і терпіння до проблем осіб, які пережили травмуючі військові умови. Відсутність такого розуміння і терпіння з боку близьких призводить до трагічних наслідків.

3. Психокорекційна робота. Психологічна корекція або психокорекція – це діяльність по виправленню тих особливостей психічного розвитку, які за прийнятою системою критеріїв не відповідають оптимальній моделі (нормі). Кваліфікована психотерапевтична допомога необхідна тим військовослужбовцям, у яких відзначаються різко виражені і запущені порушення адаптації (депресія, алкоголізм, девіантна поведінка та ін.).

4. Навчання навичкам саморегуляції (прийомам зняття напруженості за допомогою релаксації, аутотренінгу та інших методів). 5. Соціально-психологічні тренінги з метою підвищення адаптивності військовослужбовця і його особистісного розвитку. 6. Допомога в професійному самовизначенні, профорієнтація з метою перенавчання та подальшого працевлаштування.

Щоб реабілітація людини відбувалася успішно, слід подбати про активне залучення її родичів, членів сім'ї до участі в комплексних реабілітаційних заходах. Використання природного реабілітаційного потенціалу сім'ї передбачає допомогу психолога постраждалим під час війни у створенні, відновленні, збереженні, розвитку довірчих, емпатійних стосунків близьких людей. Реабілітаційні заходи мають бути спрямовані на оптимізацію повсякденного сімейного життя колишніх комбатантів, переселенців, інших категорій населення, що передбачає передусім підвищення толерантності практик сімейної взаємодії.

Здійснення психологічної реабілітації передбачає навчання прийомів і методів саморегуляції, самовиховання, самонавчання, що дає змогу знизити вплив негативних психічних станів у реальних умовах життєдіяльності, сформувати позитивні мотивації, активні соціальні настановлення на життя і професію.

Реалізація програми з фізичної, медичної, психологічної, соціальної реабілітації та професійної реадаптації учасників бойових дій потребує здійснення організаційно-правових заходів, пов'язаних із проведенням цілеспрямованих та скоординованих дій з боку органів державного управління, виконавчої влади, органів місцевого самоврядування,

недержавних установ та громадських організацій, а в загальнодержавному масштабі повинна забезпечити лікувальну, соціальну та економічну ефективність.